

Co na obiad: kasza z warzywami, boczkiem i jajkiem wg Piotra Ogińskiego



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

kasza gryczana niepalona	150 gramów
boczek	40 gramów
czosnek	1 ząbek
cebula	1 sztuka
szparagi zielone	4-5 sztuk
rzodkiewki	4-5 sztuk
jajko	1 sztuka
oliwa	2 łyżki
sól morska	do smaku
suszone pomidory z czosnkiem	3 łyżeczki
majeranek	1 łyżeczka
kmin rzymski mielony	1 łyżeczka
sos ostrygowy	2 łyżki
sos sojowy	2 łyżki
zielona cebulka	1 sztuka
młode listki buraka	do dekoracji

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ugotować kaszę gryczaną niepaloną.

Rozgrzać 2 patelnie i wlać na nie olej. Na jednej patelni podsmażyć cebulę z czosnkiem, a na drugiej boczek.

Do podsmażonej cebuli dodać ugotowaną kaszę wraz ze szparagami oraz rzodkiewkami i podsmażyć przez ok. 1 minutę. Po tym czasie na patelnię z boczkiem wbić jajko, a kaszę doprawić suszonymi pomidorami z czosnkiem, kminem, majerankiem, sosem ostrygowym oraz sojowym i smażyć jeszcze ok 2 minuty. Kiedy kasza jest gotowa dodać do niej zieloną cebulkę i wyłożyć wraz z boczkiem, jajkiem oraz liśćmi buraka. Podawać z zsiadłym mlekiem.

Jeśli lubicie dania z kaszy zróbcie koniecznie [kaszę gryczaną z warzywami i boczkiem](#).